

S

SUNNUNTAISUOMALAINEN

SAIRAALOIDEN PITKÄT PÄIVYSTYSVUOROT UHKAAVAT LÄÄKÄRIN JA POTILAAN TERVEYTTÄ.

TEKSTI PEKKA VAHVANEN
KUVITUS ANNIINA LOUHIVUORI

Haluaisitko, että sinua hoitava lääkäri olisi lievästi kehitysvammainen? Tai että hän olisi promillen humalassa? Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa sisätautilääkäreiden keskimääräiseksi älykkyyssomääräksi mitattiin 70, kun nämä tekivät älykkyystestin 24–32 tunnin mittaisen päivystyksen jälkeen. Älykkyyssomäärää 70 pidetään lievän kehitysvammaisuuden rajana. Vuorokauden yhtäjaksoisen valvomisen taas on eri tutkimuksissa todettu vastaavan yhden tai jopa puoleentoista promillen humalatilaa.

TYÖHÖNSÄ KESKITTYVÄ lääkäri ei varmasti ole vajaalyhyinen. Älykkyydestin tekeminen raskaan työvuoron jälkeen voi tuntua toisoiselta. Mutta valvomisen taakka vie parhaan terän pätevimmistäkin.

Monissa ammateissa lakisääteinen enimmäistyöaika rajoittaa yllämainittua. Lääkäreiden päivystämistä ei kuitenkaan lasketa työaikaan, joten päivystyksen kesto on vain suosituksia.

Päivystysaikoja on pyritty lyhentämään. Esimerkiksi vuoden 1984 lääkilakon tuloksena päivystyksen jälkeinen päivä saatiin useimmissa tapauksissa vapaapäiväksi.

Mutta osassa sairaaloita on edelleen tavallista, että kahdeksan tunnin aamuvuoron perään lääkäri joutuu päivystämään sairaalassa 16 tuntia, seuraavaan aamuun asti. Kun päivystyspaikkoja on viime vuosina vähennetty, päivystävillä lääkäreillä on yhä vähemmän aikaa levätä yölläkään.

LÄÄKETIETEEN TOHTORI, anestesialääkäri **Pirjo Lindforsin** mukaan päivystyksen rasittavuudesta ei puhuta tarpeeksi.

– Ehkä pelätään, että moni rupeaa kaihtamaan alalle hakeutumista, hän arvelee.

Lindfors tutki väitöskirjassaan anestesialääkäreiden työhyvinvointia. Hän myös valmistele sähköistä kirjaa ammattikuntansa työssä jaksamisesta.

Lääkäreiden pitkät päivystysvuorot voivat olla vaaraksi sekä potilaalle että lääkärille.

Yhdysvalloissa – jossa päivystystaakka on huomattavasti Suomea suurempi – lääkärin väsymyksen uskotaan vaikuttaneen noin kymmen prosenttiin potilaskuolemista.

LINDFORS ON päivystänyt pahimmillaan Vantaan Peijaksen sairaalassa yhtäjaksoisesti perjantaiamusta maanantai-iltapäivään. Tuolloin 35-vuotiaan Lindforsin kiireinen vuoro päättyi voimakkaisiin rintakipuihin.

Hän on työskennellyt myös vuoden Barbadoksella, jossa hänen kollegansa kuoli rytmihäiriöihin kolmenkymmenen tunnin työvuoron rasituksen kaatamana.

Suomessa päivystyksen työtaakka on erilainen eri sairaaloissa. Toisaalla päivystysvuorot ovat pitkiä eivätkä anna mahdollisuutta lepäämiseen. Jotkut sairaalat ovat jo rekrytointisyistä halunneet varmistaa, ettei lääkäreiden päivystysrasitus kasva liian suureksi.

– Päivystyksen järjestämiseen ei ole yhtä ainoa ratkaisua, joka saneltaisiin Helsingistä käsin. Tarvitaan monta erilaista ratkaisumallia, perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon päivystyksille omansa, sanoo Lääkäriliiton toiminnanjohtaja **Heikki Pälve**.

PÄLVEEN MUKAAN on tärkeää, että kussakin yksikössä järjestellään työt järjestyksellisesti välttämiseksi ja tarjotaan yövuorolaisille asianmukaiset nukkumistilat. Lääkäreiden lisääminen ei ole Pälveen mukaan ratkaisu päivystyksen ongelmiin, mutta erikoislääkäreitä tarvitaan hänen mukaansa enemmän.

– Lähitulevaisuudessa varsinkin patologiassa, neurologiassa ja lastentautien puolella kärsitään erikoislääkärivajeesta.

Myös päivittäisen terveydenhuollon ruuhkautuminen on ongelma. Ihmiset tulevat päi-

vystykseen, kun eivät saa vastaanottoaikaa tavallista tietä. Pälve huomauttaa.

– Tässä terveyskeskusjärjestelmämme on epäonnistunut pahasti. Moni tulee päivystykseen hyvin pienten vaivojen kanssa, mikä syö päivystävän lääkärin mahdollisuuksia levätä.

Osa potilaista jopa uskoo, että päivystys on ainut terveyskeskuksen vastaanotto. Ongelmaan on pyritty kiinnittämään erityistä huomiota niin sanotulla liikennevaloajattelulla. Hoidon tarpeen akuuttuus määrittää nopeasti ja potilaat, jotka eivät vaadi välitöntä hoitoa, lähetetään kotiin.

NYKYINEN JÄRJESTELY, jossa lääkärit tekevät päivystysvuorot viikottaisen työn päälle, on Lääkäriliiton mukaan välttämätön. Näin varmistetaan riittävä määrä päivystäjiä.

Joissain sairaaloissa lääkärit puolitavat päivystysvuoroja keskenään. Lääkäreiden uusi sukupolvi uskoo, että päivystysvuorojen kestojen pitää olla kohtuullisia. Valtiosa nuorista lääkäreistä pitää sopivan mittaisena 8–12 tunnin päivystysvuoroa.

– Tämä kertoo paitsi lääkäreiden arvojen muutoksesta myös siitä, että päivystys vaatii yhä intensiivisempää työpanosta, sanoo Nuorten lääkärin yhdistyksen puheenjohtaja **Terhi Savolainen**.

– Tarkoituksena on kehittää päivystystä sellaiseksi, että sitä jaksetaan tehdä eläkeikään asti.

KESKI-SUOMEN keskussairaalassa työskentelevä Savolainen ei itse tee tavallista työviikkoa vaan keskittyy nimenomaan päivystysvuoroihin.

27-vuotias Savolainen suunnittelee erikoistumista akuuttilääketieteeseen, jota on Suomessa voinut opiskella tämän vuoden alusta lähtien. Siitä valmistuvien on tarkoitus ottaa laajempaa päivystysvastuuta, vaikka muillakin lääkäreillä säilyisi velvollisuus päivystää.

PIRJO LINDFORSIN tutkimuksen mukaan naiset kokevat päivystyksen rasittavammaksi kuin miehet.

Erikoislääkäreistä anestesialääkärit – jotka vastaavat potilaan nukkuttamisesta ja kivunhallinnasta – kokevat tavallisesti päivystysrasituksen suurimmaksi. He ottavat vastaan vakavassa tilassa olevat potilaat. Työhön liittyy arvaamattomuutta: koskaan ei tiedä, mitä tulee vastaan.

– Kirurgin työ on myös yleisesti hyvin vaativaa ja stressaavaa. Kirurgin pelastaa se, että heillä on maailman arvostetuin ammatti. Anestesialääkäreitä pidettiin pitkään vain kirurgin apulaisena.

Stressaava työ tuo myös mielenterveysongelmia. Oulun yliopiston **Seppo Alahuhdan** ja **Pasi Ohtosen** tutkimuksen mukaan lähes kymmenen prosenttia suomalaisten anestesialääkärin kuolemantapauksista on ollut itsemurhia. Itsemurha-alttius on kansainvälisestikin yleinen lääkärin ongelma.

LÄÄKÄRIT, JOIDEN sosiaalinen tukiverkko on hyvä, jaksavat Lindforsin tutkimuksen mukaan työhön liittyvän stressin muita paremmin.

Työholismi puolestaan liittyy usein itsemurha-alttuteen. Lindfors pitää lääkärinkunnan sisäistä kulttuuria suurimpana ongelmana lääkäreiden hyvinvoinnin kannalta.

Pitkät päivystysvuorot yhdistettynä uskon omasta erinomaisuudesta ja jaksamisen ehtymättömyydestä ovat vaarallinen yhdistelmä. Lääkäreiden keskuudessa sairaana työskentely on enemmän sääntö kuin poikkeus.

Nuorten lääkärin yhdistyksen puheenjohtaja Terhi Savolainen uskoo, että uuden lääkärisukupolven keskuudessa illuusio kaikkivoipaisuudesta ei elä enää yhtä vahvana.

– Nuoret lääkärit arvostavat yhä enemmän perhettä, ystäviä ja vapaa-aikaa eivätkä odota elämän olevan pelkkää uran rakentamista ja työntekoa. ■

KUOLEMAN- VÄSYNEET

”
Kollega kuoli
rytmihäiriöihin
30 tunnin
työvuoron rasituksen
kaatamana.

